

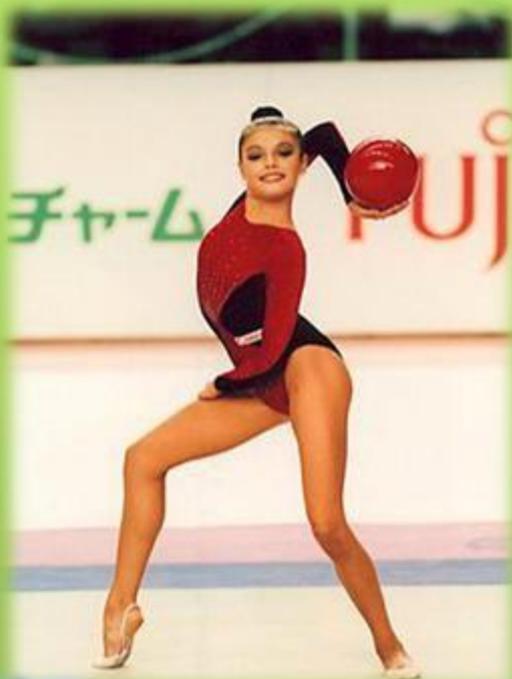
# Гимнастика и Здоровье

Составила :  
Войнаровская Юлия Сергеевна  
Учитель по физической культуре  
МБОУ «Школа №51»

# Здоровый образ жизни

- Личная гигиена,
- Закаливание,
- Правильное питание,
- Режим дня,
- Занятия физической культурой и спортом,
- Двигательная активность,
- Режим труда и отдыха.

# Художественная гимнастика



# Гимнастика на спортивных снарядах



# Акробатика



# Основная гимнастика

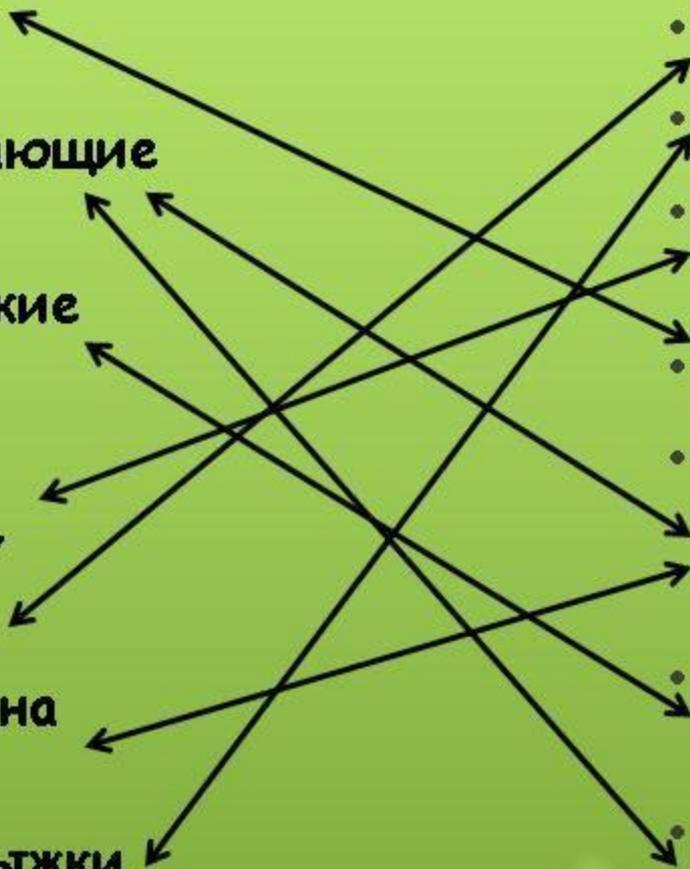
- Строевые упражнения,
- Общеразвивающие упражнения,
- Акробатические упражнения,
- Полоса препятствий,
- Стрейчинг,
- Упражнения на снарядах,
- Опорные прыжки.

# Гимнастика

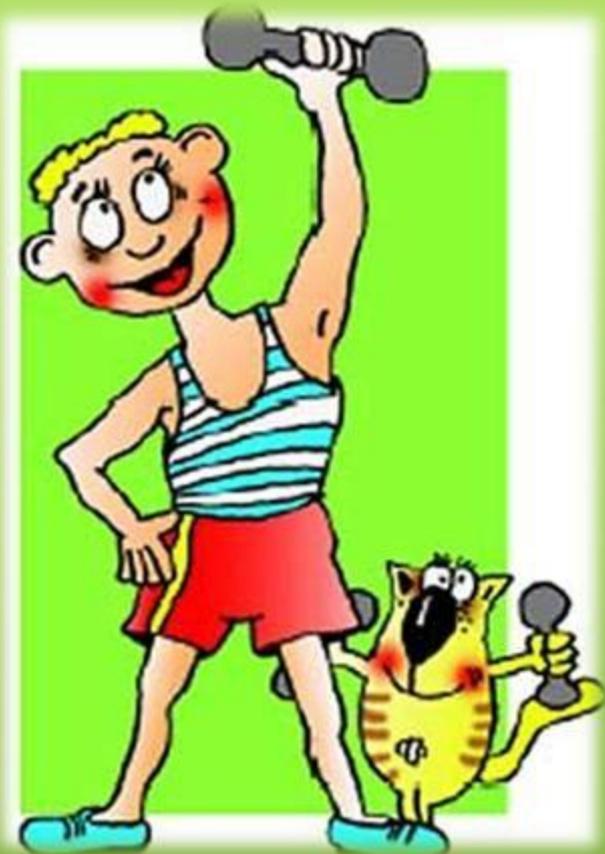
- Строевые упражнения,
- Общеразвивающие упражнения,
- Акробатические упражнения,
- Полоса препятствий,
- Стрейчинг,
- Упражнения на снарядах,
- Опорные прыжки.

# Здоровый образ жизни

- Личная гигиена,
- Закаливание,
- Правильное питание,
- Режим дня,
- Занятия физической культурой и спортом,
- Двигательная активность,
- Режим труда и отдыха.



# Занимайтесь гимнастикой



и будьте здоровы!